

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 LATAR BELAKANG MASALAH

Kekurangan Vitamin A (KVA) masih merupakan salah satu masalah gizi di negara-negara yang sedang berkembang sebab prevalensinya yang masih sangat tinggi. Di Indonesia, pada 30 tahun yang lalu prevalensi KVA masih sangat tinggi terutama di pedesaan, survei di beberapa daerah didapatkan prevalensi serofthalmia merupakan penyebab utama kebutaan pada anak-anak. (Arifin,1995). Lima puluh persen pendertia kekurangan vitamin A, juga mempunyai status gizi jelek.(Doeschate,1985).Meningkat konsumsi makanan hewani di Indonesia sebagai sumber vitamin A pada umumnya sangat rendah, maka kecukupan didasarkan pada anggapan bahwa sebagian besar sumbernya adalah sayuran dan buah-buahan. (Tranggono ,1988). Di Indonesia banyak terdapat sayuran sebagai sumber Provitamin A, sehingga masalah kekurangan vitamin A sebenarnya tidak perlu terjadi. Nainun permasalahannya adalah sayuran kurang disukai anak-anak, disamping penyanjiannya tidak menarik bagi anak sehingga tidak mau memakannya. (Septi Murti,1989). Hal ini sebenarnya sudah dimengerti dan disadari oleh ibu-ibu,tetapi dalam pelaksanaannya masih banyak ibu yang kurang mengerti bahwa masih banyak pilihan sebagai alternatif untuk memenuhi kebutuhan vitamin A, seperti halnya dengan menggantikan konsumsi sayuran pada anak dengan makanan

banyak disukai oleh anak-anak, sehingga masalah kekurangan vitamin A dapat dihindari sedini mungkin.

Salah satu buah yang dapat dijadikan alternatif pilihan adalah Buah Semangka (*Citrullus vulgaris* SCAMP atau *Citrullus lanatus* (THUMB) MANSF) yang berasal dari Afrika. Buah ini merupakan buah yang banyak diminati oleh anak-anak disamping karena rasanya yang manis juga karena menyegarkan, terutama jika dimakan pada saat haus. Buah ini sangat mudah didapatkan selain enak, harganya juga cukup ekonomis. Tetapi masih banyak ibu-ibu yang belum mengetahui kandungan vitamin A yang dimiliki oleh buah Semangka ini. Buah Semangka memiliki kandungan Vitamin A sebesar 590 SI, nilai ini sebenarnya tergolong kecil tetapi cukup untuk memenuhi kebutuhan vitamin A pada tubuh.

Sayangnya vitamin A mempunyai sifat yang sangat mudah teroksidasi oleh udara dan akan rusak bila dipanaskan pada suhu tinggi bersama udara, sinar, dan lemak yang sudah tengik. (Winarno,1997). Makin tinggi suhunya dan makin lama pemanasan maka makin rendah kandungan beta-karotennya. (Katong, 1995). Kadar beta-karoten akan tetap baik apabila mengalami proses pembekuan dan pengeringan daripada menurunkan aktivitas air selama proses penyimpanan. (Desobry,1998),maka dari itu diperlukan proses penyimpanan yang benar agar kandungan vitamin A dalam buah tersebut tidak hilang,serta memperhitungkan masa penyimpanan agar didapatkan hasil yang memuaskan bukan hanya sekedar mendapatkan kesegaran dari buah tetapi juga manfaat dari buah semangka yang akan dikonsumsi.